



Holle Bio

3

Folgemilch

- ♥ Vitamine C & D* für die normale Funktion des Immunsystems
- ♥ ALA Omega-3 für Gehirn und Nerven
- ♥ Jod für die normale kognitive Entwicklung
- ♥ Milch aus Deutschland

BEWÄHRTE REZEPTUR



Wichtig: Stillen ist das Beste für Dein Baby.

ab dem **10.** Monat

6 Monate

1 Jahr

Wichtig! Holle Folgemilch ist ein Milchprodukt, das für die normale Ernährung von Säuglingen ab dem 10. Lebensmonat geeignet ist. Es enthält alle notwendigen Nährstoffe, um die normale Entwicklung zu unterstützen. Bitte beachten Sie, dass es sich um ein Milchprodukt handelt und nicht für Kinder mit Laktoseintoleranz oder Allergien gegen Kuhmilch geeignet ist.

Wichtig! Holle Folgemilch ist ein Milchprodukt, das für die normale Ernährung von Säuglingen ab dem 10. Lebensmonat geeignet ist. Es enthält alle notwendigen Nährstoffe, um die normale Entwicklung zu unterstützen. Bitte beachten Sie, dass es sich um ein Milchprodukt handelt und nicht für Kinder mit Laktoseintoleranz oder Allergien gegen Kuhmilch geeignet ist.

Wichtig! Holle Folgemilch ist ein Milchprodukt, das für die normale Ernährung von Säuglingen ab dem 10. Lebensmonat geeignet ist. Es enthält alle notwendigen Nährstoffe, um die normale Entwicklung zu unterstützen. Bitte beachten Sie, dass es sich um ein Milchprodukt handelt und nicht für Kinder mit Laktoseintoleranz oder Allergien gegen Kuhmilch geeignet ist.

Wichtig! Holle Folgemilch ist ein Milchprodukt, das für die normale Ernährung von Säuglingen ab dem 10. Lebensmonat geeignet ist. Es enthält alle notwendigen Nährstoffe, um die normale Entwicklung zu unterstützen. Bitte beachten Sie, dass es sich um ein Milchprodukt handelt und nicht für Kinder mit Laktoseintoleranz oder Allergien gegen Kuhmilch geeignet ist.

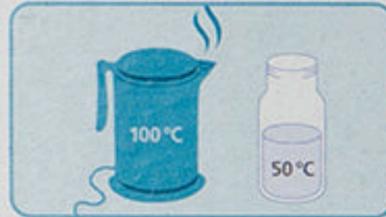


Wichtig! Holle Folgemilch ist ein Milchprodukt, das für die normale Ernährung von Säuglingen ab dem 10. Lebensmonat geeignet ist. Es enthält alle notwendigen Nährstoffe, um die normale Entwicklung zu unterstützen. Bitte beachten Sie, dass es sich um ein Milchprodukt handelt und nicht für Kinder mit Laktoseintoleranz oder Allergien gegen Kuhmilch geeignet ist.

Anwendung

- ♥ Geeignet ab dem 10. Monat bis zum Ende des 3. Lebensjahres. Zum Trinken im Rahmen einer nach und nach abwechslungsreicheren Familienkost.
- ♥ Im Anschluss an das Stillen, an die Holle Bio-Folgemilch 2 oder jederzeit anstelle einer anderen Folgemilch verwendbar.

Zubereitung



Wasser abkochen und auf ca. 50°C abkühlen lassen. Fülle die Hälfte des Wassers ins Fläschchen (Mengenangabe siehe Mahlzeitentabelle unten).



Pulvermenge laut Tabelle abmessen und ins Fläschchen geben. Dazu den Messlöffel locker füllen und mit dem Messerrücken glatt streichen.



Pulver und halbe Wassermenge kräftig schütteln. Restliches Wasser zufügen und nochmals gut schütteln. Auf Trinktemperatur (37°C) abkühlen lassen.

Mahlzeitentabelle – ab dem 10. Monat

Wasser (ml)	Anzahl Messlöffel*	Trinkfertige Nahrung (ml)	Mahlzeiten pro Tag
150	5	170	1–2
180	6	200	
210	7	230	

*1 gestrichener Messlöffel = 4,4 g

Die angegebenen Trinkmengen und Mahlzeiten pro Tag sind nur Richtwerte. Individuelle geringe Abweichungen sind unbedenklich und ganz natürlich.

Hinweise für die Zubereitung

- ♥ Bitte halte die Zubereitungsanweisungen genau ein. Das richtige Dosierungsverhältnis gibt Deinem Baby immer die Nährstoffe, die es braucht.
- ♥ Ausschließlich den beiliegenden Messlöffel verwenden.
- ♥ Eine unsachgemäße Zubereitung und Lagerung kann zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen.
- ♥ Jedes Fläschchen stets frisch zubereiten. Nahrungsreste nicht wiederverwenden.
- ♥ Erwärme die Nahrung nicht in der Mikrowelle (Überhitzungsgefahr).
- ♥ Flasche, Sauger und Ring gründlich reinigen.

Wichtige Hinweise

- ♥ Stillen ist das Beste für Dein Baby. Folgemilch eignet sich für die besondere Ernährung von Säuglingen ab einem Alter von mindestens sechs Monaten. Sie ist nur Teil einer Mischkost und darf nicht als Muttermilchersatz während der ersten sechs Monate verwendet werden. Die Entscheidung, mit der Verwendung von Beikost bereits in den ersten sechs Monaten zu beginnen, soll nur auf Rat unabhängiger Fachleute des Gesundheitswesens und unter Berücksichtigung der Wachstums- und Entwicklungsanforderungen Deines Babys getroffen werden.
- ♥ Überlasse Deinem Baby das Fläschchen nicht zum Dauernuckeln. Der ständige Kontakt mit kohlenhydrathaltigen Flüssigkeiten kann zu Karies führen. Achte daher ab dem ersten Zahn auf eine ausreichende Zahnpflege.

Nährwerte

		pro 100 ml Trinkmenge
Energie	(kJ / kcal)	280 / 67
Fett davon:	(g)	3,5
gesättigte Fettsäuren	(g)	1,0
einfach ungesättigte Fettsäuren	(g)	1,9
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	(g)	0,6
Linolsäure	(mg)	561
α -Linolensäure	(mg)	56
DHA	(mg)	14
Kohlenhydrate davon:	(g)	7,5
Zucker	(g)	5,2
Lactose	(g)	5,0
Stärke	(g)	0,8
Eiweiß	(g)	1,4
Vitamin A	(μ g)	54,1
Vitamin D	(μ g)	1,6
Vitamin E	(mg)	1,2
Vitamin K	(μ g)	6,5
Vitamin C	(mg)	6,9
Thiamin	(mg)	0,038
Riboflavin	(mg)	0,13
Niacin	(mg)	0,36
Vitamin B ₆	(mg)	0,037
Folsäure	(μ g)	10,8
Folat	(μ g DFE)	18,1
Vitamin B ₁₂	(μ g)	0,11
Biotin	(μ g)	1,7
Pantothensäure	(mg)	0,36
Kalium	(mg)	86,2
Chlorid	(mg)	51,3
Calcium	(mg)	60,1
Phosphor	(mg)	37,1
Magnesium	(mg)	5,28
Eisen	(mg)	0,58
Zink	(mg)	0,45
Kupfer	(mg)	0,053
Mangan	(mg)	0,0050
Fluorid	(mg)	<0,010
Selen	(μ g)	3,7
Jod	(μ g)	14,5
Natrium	(mg)	25

Standardzubereitung: 13,2 g Holle Bio-Folgemilch 3 + 90 ml abgekochtes Wasser = 100 ml trinkfertige Nahrung. Eine Packung = ca. 45 Mahlzeiten à 100 ml.

Holle baby food AG
CH - 4125 Riehen
Tel. +41 61 555 07 00
holle.ch

Holle Europe GmbH
Berner Weg 23
DE-79539 Lörrach

Hergestellt in Deutschland
Milch aus Deutschland



DE-ÖKO-001
EU-/Nicht-EU-
Landwirtschaft

Bio-Folgemilch

Zutaten

Entrahmte Milch**¹, Molkenerzeugnis* (teilentmineralisiertes Molkenpulver), pflanzliche Öle* (Palmöl*³, Sonnenblumenöl*, Rapsöl*), Maltodextrin*, Stärke*, Calciumcarbonat, Kaliumchlorid, Öl aus der Mikroalge Schizochytrium sp.², Vitamin C, Calciumsalze der Orthophosphorsäure, L-Tyrosin, Kaliumcitrat, Natriumchlorid, L-Tryptophan, Eisensulfat, Zinksulfat, Magnesiumcarbonat, Niacin, Vitamin E, Kupfersulfat, Pantothensäure, Vitamin A, Vitamin B₆, Mangansulfat, Kaliumjodid, Vitamin B₁, Folsäure, Vitamin K, Natriumselenit, Vitamin D, Biotin, Vitamin B₁₂

*aus biologischer Landwirtschaft

**Demeter (aus biodynamischer Landwirtschaft)

¹100 g Säuglingsmilchpulver werden aus 181 ml Magermilch hergestellt

²enthält DHA (Omega-3, gesetzlich für Folgenahrung vorgeschrieben).

DHA trägt zur normalen Entwicklung der Sehkraft bei Säuglingen bis zum Alter von 12 Monaten bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 100 mg DHA ein.

³aus nachhaltigem Anbau

DHA in diesem Produkt ist pflanzenbasiert (aus Algen statt aus Fischöl gewonnen).



Unser Nachhaltigkeitsversprechen

Nachhaltig von Anfang an. Seit über 85 Jahren steht Holle für wertvolle Bio-Qualität. Als erster Demeter-Hersteller für Babynahrung gestalten wir die Zukunft ökologisch – für Mensch und Natur. Wir fördern ganzheitliche und nachhaltige Ernährung mit einfachen, natürlichen Rezepturen und arbeiten ausschließlich mit Rohwaren aus biodynamischer und biologischer Landwirtschaft. Alle unsere Zutaten sind streng kontrolliert und sorgen für größtmögliche Sicherheit. Wir handeln stets wertebewusst, schonen Tier, Boden und Umwelt und pflegen faire, langfristige Partnerschaften mit unseren Bio-Betrieben.



Bei Fragen zur Ernährung Deines Babys beraten wir Dich gerne.
☎ 0800 6622110 • holle.ch



**klima
positiv**

Scan mich und tauch ein in die klimapositive Welt von Holle

e600g